

# 病児保育室「愛あいルーム」だより

平成30年 7月発行

梅雨と夏の合間の、天気の変化が大きい季節となりました。汗をたくさんかく夏は、水分補給がとても大切です。脱水予防のため、適切な塩分補給も必要です。しかし、ジュースやスポーツドリンクには意外に多くの糖分が含まれています。摂りすぎには注意して下さい。体調管理に気をつけながら、過ごしていきましょう。現在、風邪と感染性胃腸炎が流行しています。



## 夏のトラブル対策



### 日焼けに注意！

日焼けは太陽の紫外線によって皮膚が炎症を起こした状態。“やけど”の一種です。範囲と程度がひどければ、命に関わることも……。皮膚が赤くなりヒリヒリ痛んだり、水疱ができて痛んだりする時には冷たい水をかけたり、冷たい水につかったり、濡れタオルなどで包んで扇風機に当てたりして冷やします。皮膚をこすったり、水疱をつぶさないように気をつけましょう。広い範囲に水疱ができていたり、熱があったり、ショック症状が起きていたら、すぐに病院を受診しましょう。

### 日焼けを予防するには

1歳未満の赤ちゃんは皮膚が薄く日焼けが重症化しやすいので、夏の直射日光には当てないこと！アウトドアでは日陰を確保して適宜休ませ、帽子や服でできるだけ皮膚を覆います。日焼け止めは、肌の相性を確かめてから使うこと。少量を腕の内側につけて1日様子を見て、かぶれなければ大丈夫です。ただし、過剰に紫外線を怖がる必要はありません。できる範囲で対策をしましょう。



### 熱中症が心配！

大量の汗をかいて脱水症状を起こし、体温調節がきかなくなる熱中症（熱射病・日射病）。子どもは体温の調節機能が未熟なために、大人よりもずっと熱中症にかかりやすいので注意が必要です。ちょっとした油断が命の危機につながることも……。水分補給を心がけ、炎天下や高温の車の中に何時間もいないことなど、周囲の大人が正しい知識を身につけて、暑い夏も安全に楽しく過ごせるようにしていきましょう。

### 熱中症の症状と対処法は

元気がなくなりぐったりする、顔が赤い、体が熱い、おしっこの量・回数が減るなどが熱中症のサイン。青ざめて汗をかき、頭を痛がったり、吐いたりする場合があります。こんなときは、すぐ涼しい場所であお向けに寝かせ、衣服をゆるめて安静に。濡れタオルなどで体を冷やし、水や薄い食塩水、スポーツ（イオン）飲料を飲みただけ飲ましましょう。自力で水分が取れなかったり、意識がはっきりしていない、けいれんを起こすなどの場合は一刻も早く病院を受診しましょう。

### 熱中症を予防するには

- ★外に出るときは、必ず帽子をかぶりましょう
- ★こまめな水分補給をおこないましょう
- ★外に出る時間帯、長さを考慮しましょう
- ★高温の室内や車の中での熱中症に注意しましょう  
(短時間でも子どもを残して車をはなれないように！)



参考文献：「子ども医学館」小学館

ホームページ 太陽の子保育園 他

# 病児保育事業の登録申請のお知らせ

病児保育事業を利用する場合は、**年度ごとに**登録申請が必要です。

(平成30年度より年度の区切りが変更されました。7月1日～翌年6月30日)

平成30年度の登録申請が、子ども育成課および下記の実施施設で受付を開始しました。子ども育成課へは、郵送申請も可能です。手続きをよろしくお願いいたします。

※登録申請書の用紙は、子ども育成課・下記の実施施設・市内で小児科を標榜している医療機関にあります。

子ども育成課のホームページからもダウンロードできます！！

(病児対応型・病後児対応型)

|                     |                               |                       |
|---------------------|-------------------------------|-----------------------|
| キューピットハウス<br>(細木病院) | 大膳町 37                        | ☎ 822-7211<br>(病院代表)  |
| 愛あいルーム<br>(三愛病院)    | 一宮西町 1-7-25                   | ☎ 845-5291<br>(病院代表)  |
| ラベンダー<br>(うららか保育園)  | 春野町南が丘 1-9-1                  | ☎ 805-2828<br>(保育園代表) |
| もみくんち<br>(もみのき病院)   | 本宮町 101-1<br>デイサービスセンターこだま 2階 | ☎ 849-2184<br>(直通)    |

(病後児対応型)

|                  |           |                    |
|------------------|-----------|--------------------|
| ぱんぷきん<br>(宮前保育園) | 宮前町 139-2 | ☎ 824-0128<br>(直通) |
|------------------|-----------|--------------------|

## 注意！

年度途中で、登録内容に変更点があった場合には、「高知市病児保育事業登録変更届出書」の提出が必要になります。用紙は、実施施設に配布しています。



## 麻疹（はしか）について

麻疹は空気感染する感染力の強いウイルス感染症です。潜伏期間は10～12日間で、咳、鼻水、くしゃみ等の風邪様症状が出現、2～4日ほど続きます。その後、39度を超える高熱と発疹が出現します。発疹の出現する1日から2日前には頬の粘膜（口の中の頬の裏側）にやや隆起した1mm程度の白色の小さな斑点（コプリック班）が出現します。合併症を引き起こさなければ、7～10日後には回復しますが、免疫力が低下するため、しばらくは他の感染症に罹りやすく、また、体力等が戻ってくるには1ヶ月程度を要することもあります。

2018年3月23日、沖縄県内を旅行中の台湾からの旅行客が麻疹と診断されたと報告がありました。以降、沖縄県内では麻疹患者の発生が続いています。また、沖縄県内で感染した方が、他の都道府県において報告されるなど、他県への広がりも報告されていましたが、6月11日に終息となりました。

### ♪麻疹は予防接種により感染リスクが少なくなる疾患です♪

定期接種の対象者は接種対象期間中にかかりつけ医に相談し、接種を受けることが重要です。

### ♪麻疹を疑う症状（発熱、咳、鼻汁、その後発疹等）があった場合♪

必ず受診前に医療機関に連絡し、麻疹を疑う旨を伝えた後、医療機関の指示に従い受診し、周囲に感染を拡げないようにご注意ください。

(高知県感染情報より引用)